

中華民國 111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河技術手冊

壹、拔河運動組織：

一、中華民國拔河運動協會：

理事長：陳建平

秘書長：卓耀鵬

電話：02-87711436

傳真：02-27783297

會址：台北市中山區朱崙街20號708室

二、花蓮縣體育會拔河運動委員會：

主委：葉元豪

總幹事：曾振興

電話：03-8876366#114、0921-171258

傳真：03-8870546

會址：花蓮縣花蓮縣吉安鄉吉興3街103號

貳、競賽資訊：

一、競賽日期：111 年 11 月 8 日（星期二）計 1 天。

二、競賽地點：宜昌國小活動中心。

三、競賽分組：

	甲組（競技組）： 穿拔河鞋（亞瑟士 109、亞瑟士 110、汎信等平底專用拔河鞋）	乙組（公開組）： 本組穿一般運動鞋
1、社會高中男子組	【五人 400 公斤(含)以下】	五人制【400 公斤(含)以下】
2、社會高中女子組	【五人 320 公斤(含)以下】	五人制【320 公斤(含)以下】
3、國中男生組	【五人 325 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
4、國中女生組	【五人 275 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
5、國中男女生混合組 (單一性別至少 2 人)	【五人 320 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
6、國小男生組	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】
7、國小女生組	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】
8、國小男女生混合組 (單一性別至少 2 人)	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】

四、參賽年齡：依競賽規程第七條辦理。

五、參賽資格：各組每單位限報 2 隊。

六、報名人數：註冊選手每隊上限 7 人下限 6 人。

七、比賽規則：採用中華民國拔河運動協會 91 年 10 月審定公佈之最新拔河規則。

八、比賽制度：視報名隊數多寡而定（以循環賽為主，若超過五隊，則採分組循環）。

九、比賽細則：

- （一）每人限報一組，女生得跨組報名參加男生組、男生不得跨組報名參加女生組。
- （二）雙方勝負之判定：以每隊繩子的白色標誌，被拉到對方的 2 公尺處，即繩子移動 4 公尺即為勝負之判定。
- （三）如有一隊因犯規而被「注意」兩次後，再被「警告」兩次，如有第三次的「警告」則要被判失格。
- （四）拔河比賽 10 個犯規動作：坐姿犯規、划繩犯規、爬繩犯規、貼身犯規、夾持犯規、鎖繩犯規、違反握繩法、越線犯規、滯留蹲姿犯規、後位違反握繩法。請教練指導選手不要故意有犯規意圖或動作。
- （五）採分組循環或循環比賽制，每場比賽採三局二勝制，每勝一局得一分，連勝兩局得三分；如 2 隊積分相同時，則依 2 隊對戰勝負為勝負；如 3 隊(或 3 隊以上)積分相同，則以 3 隊(或 3 隊以上)相關賽程之體重總和比較，輕者為勝。如仍無法分出勝負，則依抽籤決定賽程，再加賽 1 局。
- （六）選手不能戴手套或防滑用具，惟手受傷包紮後經裁判認可使得下場比賽。
- （七）比賽用繩：採用中華民國拔河運動協會審定合格之拔河繩。
- （八）比賽服裝：為避免手臂及頸部擦傷，選手請儘量穿著有領長袖運動衫，並力求整齊，因縣運為本縣最高等級比賽，本次比賽將鋪設拔河道，上場比賽之選手得穿著正式拔河鞋，惟不得打赤腳或穿著釘鞋及上場比賽（其中穿著或鞋子有否違規，由各拔河道裁判組長判定，若有不服，則交由審判委員會會議裁定，如未與規則不符，對裁定結果不得異議）。
- （九）比賽中選手應注意事項：
 - 1. 選手須經檢錄核對身分無誤方可下場比賽。
 - 2. 選手可站在繩子的左邊或右邊。
 - 3. 每一隊的第一位選手得緊握繩子藍色記號區外側。
 - 4. 選手空手，雙手掌向上緊握繩子。
 - 5. 繩子必須由軀幹與上臂之間通過。
 - 6. 比賽中必須兩腳在膝前伸直，且必須握住繩子，不可有鬆繩或放繩及滑繩動作。
 - 7. 後位握繩法：繩子必須通過右腋下，由背斜上至前方再經左腋下而將多餘的繩子置於左外側，且兩手必須緊握住繩子。
- （十）未盡事宜得於賽前領隊會議中提出，並由會議決議後實施。

參、管理資訊：

一、競賽管理：在本縣縣運籌備委員會指導下，由花蓮縣體育會拔河運動委員會負責拔河運動競賽各項技術工作。

二、技術人員：

- （一）裁判人員：裁判長及裁判員由本縣體育會拔河運動委員會商請聘請及聘任。
- （二）審判委員：審判委員共 5 人，召集人及審判委員本縣體育會拔河運動委員會遴

派。

三、獎勵：依據競賽規程總則第11條之規定辦理。

四、申訴：依據競賽規程總則第14條之規定辦理。

五、罰則：依據競賽規程總則第16條之規定辦理。

111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河隊職員名單

共 5 個單位，總計 141 位隊職員

一、國小男子競技組

1、新城鄉 A

領隊:何禮臺 教練:李國華 管理:王環皓
余啟瑞 董軍翔 陳晟玟 王兆瑒 張睿恩 林凱倫

2、新城鄉 B

領隊:何禮臺 教練:岳歆怡 管理:宋旻珮
陳昱洺 羅勻昊 張能淳 傅璟翔 卓以安 余文 張能碩

3、壽豐鄉 A

領隊:劉耀宗,張珮玉 教練:高竣暉,黃致翔
盧宥臣 黃威豪 孫裕崴 吳晨安 孫婕瑜 卓冠佑

4、光復鄉 A

領隊:林清水 教練:楊謝恩,賴旻安
王承恩 張政杰 徐堃瑞 徐晨瑞 楊千爽

5、玉里鎮 A

領隊:江東成 教練:翁崇銘 管理:黃鑠崴,陳宜慧
楊弘典 張耘蓼 蔡瑞鍵 陳行之 陳元浩 孫晉武 蘇韶魁

二、國小女子競技組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉賢,干仁賢 教練:陳郁涵 管理:萬祥傑
連樂歆 陳姝言 林家蓋 張詠甯 溫玉芬 林芯 林秭靚

2、光復鄉 A

領隊:林清水 教練:楊謝恩,賴旻安
林美紅 黃薇 王以軒 蕭苡晴 楊予婕

3、光復鄉 B

領隊:林清水
周恩加 宋書淇 李憶琦 李姘崴 曾巧柔

4、玉里鎮 A

領隊:江東成 教練:蔡孟谷 管理:梁文瑜,鍾旻
陳愷欣 蔡佩芹 汪芯如 陳潔翎 蘇昭恩 黃靖雯 登心鈞

三、國小混合競技組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉賢, 千仁賢 教練:萬祥傑 管理:陳郁涵
陳宥銜 官亮廷 梁家沛 盧靜雯 林嘉問 張語彤 陳奕菲

2、新城鄉 A

領隊:何禮臺 教練:李國華 管理:范雅茹
陳定麟 張文傑 高亭瑄 金庭筠 杜小娟 林芝佑

3、壽豐鄉 A

領隊:劉耀宗
張智勛 林威廷 林季瑩 呂唯羚 陳菓 盧玉鳳

4、光復鄉 A

領隊:林清水 教練:楊謝恩, 賴旻安
周思妤 盧羿菲 林依芊 高聖凱 柯彥勛

5、玉里鎮 A

領隊:江東成 教練:翁崇銘 管理:王巧玲, 周玟綺
黃偉傑 豐振嚴 汪香伶 陳韋君 林玉君 鄭卉淇 蓮陳楷捷

6、玉里鎮 B

領隊:江東成 教練:蔡孟谷 管理:蔡萱瑩, 張美容
張鈺芸 洪雅平 洪元皓 陳泓旭 鄭愷銘 李浩翔 楊弘成

111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河比賽名單

一、國小男子競技組（本項共 5 隊，取 3 隊）

新城鄉 A：董軍翔 余啟瑞 林凱倫 張睿恩 王兆瑒 陳晟玟
新城鄉 B：羅勻昊 陳昱洺 張能碩 余文 卓以安 傅璟翔 張能淳
壽豐鄉 A：孫婕瑜 吳晨安 孫裕崴 黃威豪 盧宥臣 卓冠佑
光復鄉 A：楊千爽 張政杰 徐堃瑞 王承恩 徐晨瑞
玉里鎮 A：陳行之 蔡瑞鍵 張耘蓼 楊弘典 蘇韶魁 孫晉武 陳元浩

二、國小女子競技組（本項共 4 隊，取 2 隊）

花蓮市 A：溫玉芬 林芯 張詠甯 林家蓋 陳姝言 林秭靚 連樂歆
光復鄉 A：楊予婕 王以軒 蕭苡晴 林美紅 黃薇
光復鄉 B：曾巧柔 宋書淇 李憶琦 周恩加 李紹葳
玉里鎮 A：陳愷欣 登心鈞 黃靖雯 蘇昭恩 陳潔翎 汪芯如 蔡佩芹

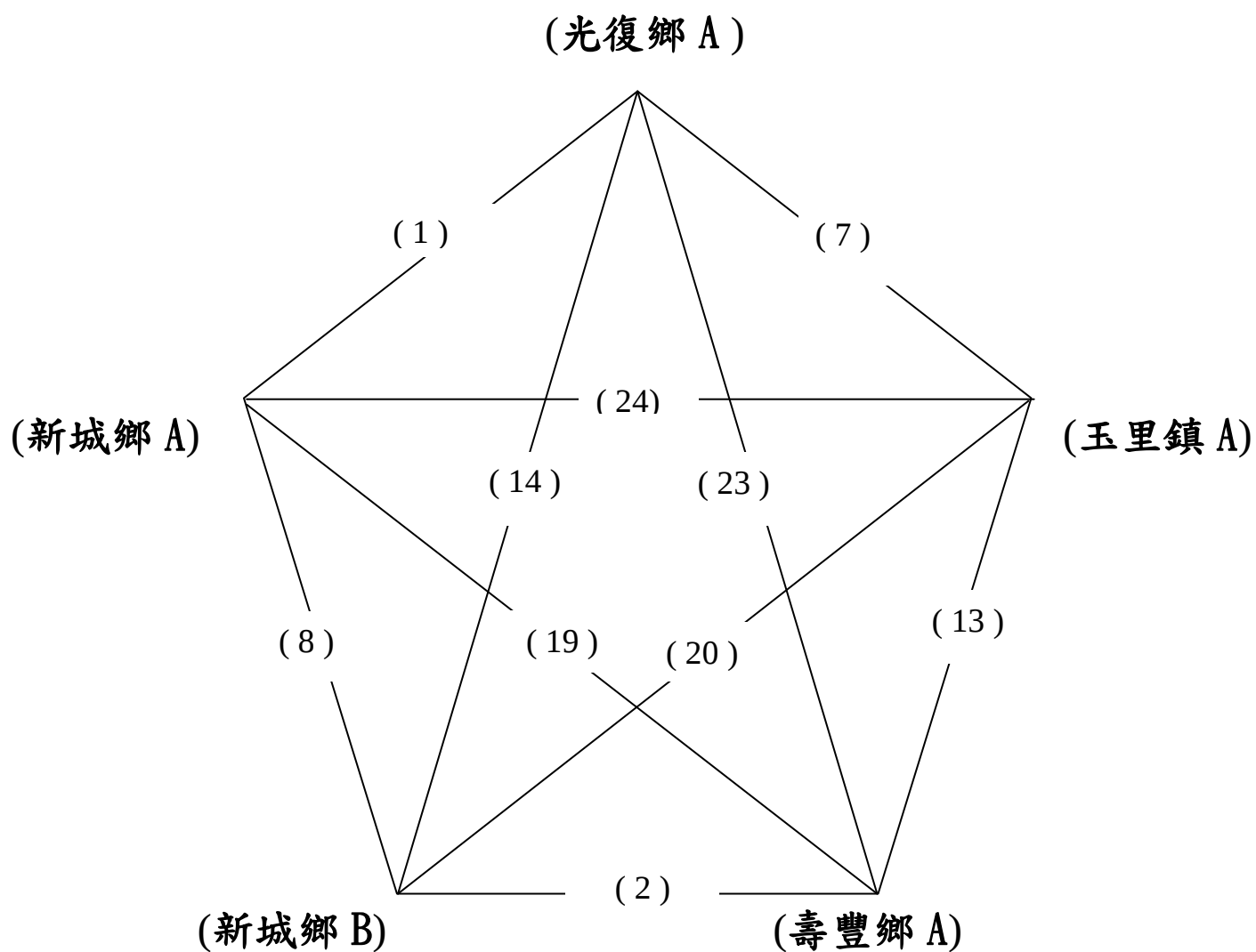
三、國小混合競技組（本項共 6 隊，取 3 隊）

花蓮市 A：林嘉問 梁家沛 盧靜雯 陳宥銜 官亮廷 陳奕菲 張語彤
新城鄉 A：陳定麟 張文傑 杜小娟 林芝佑 高亭瑄 金庭筠
壽豐鄉 A：盧玉鳳 陳菓 呂唯羚 林季瑩 林威廷 張智勛
光復鄉 A：高聖凱 柯彥勛 盧羿菲 林依芊 周思好
玉里鎮 A：汪香伶 鄭卉淇 林玉君 陳韋君 蓮陳楷捷 鄧振嚴 黃偉傑
玉里鎮 B：鄭愷銘 李浩翔 洪元皓 陳泓旭 張鈺芸 楊弘成 洪雅平

111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽

賽程表

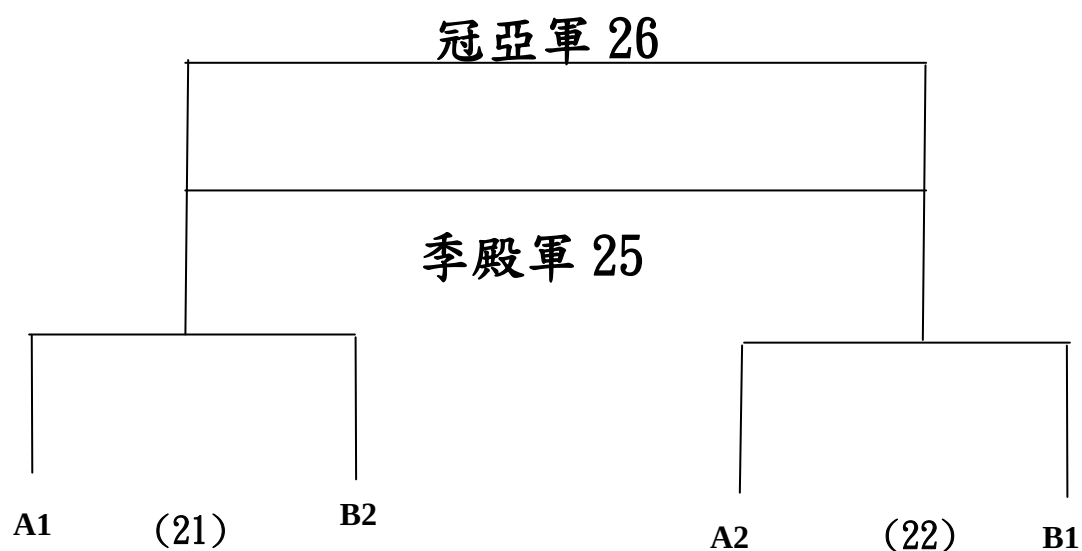
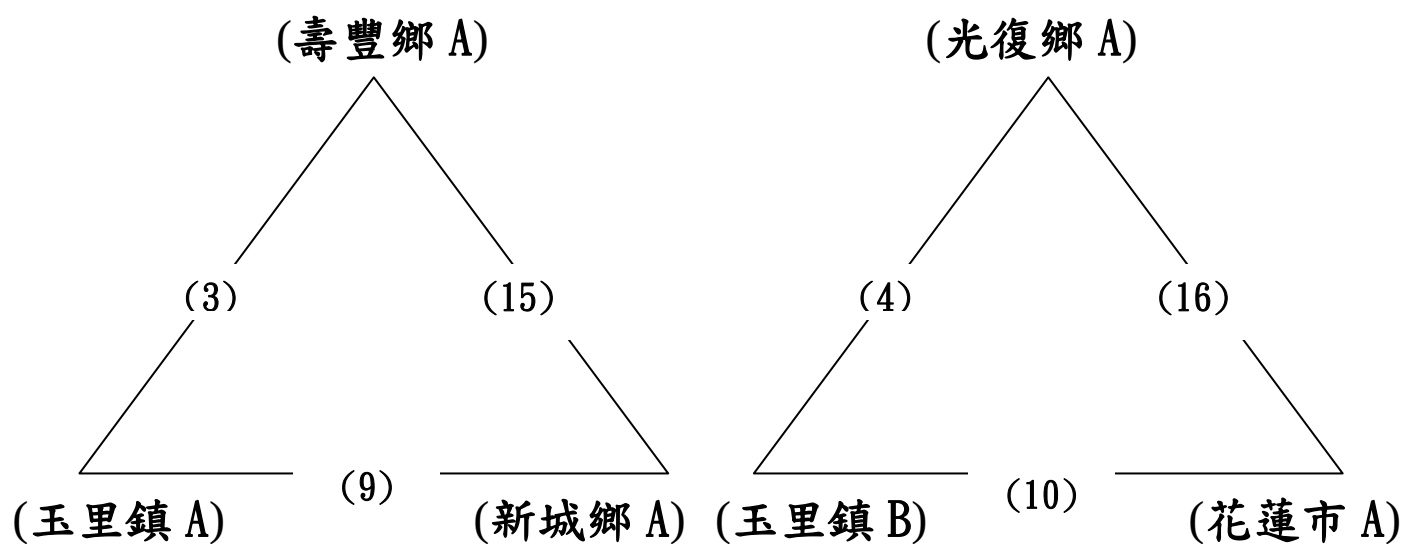
國小男子競技組【五人 250 公斤(含)以下】



111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽賽程表

國小男女混合競技組（單一性別至少 2 人）

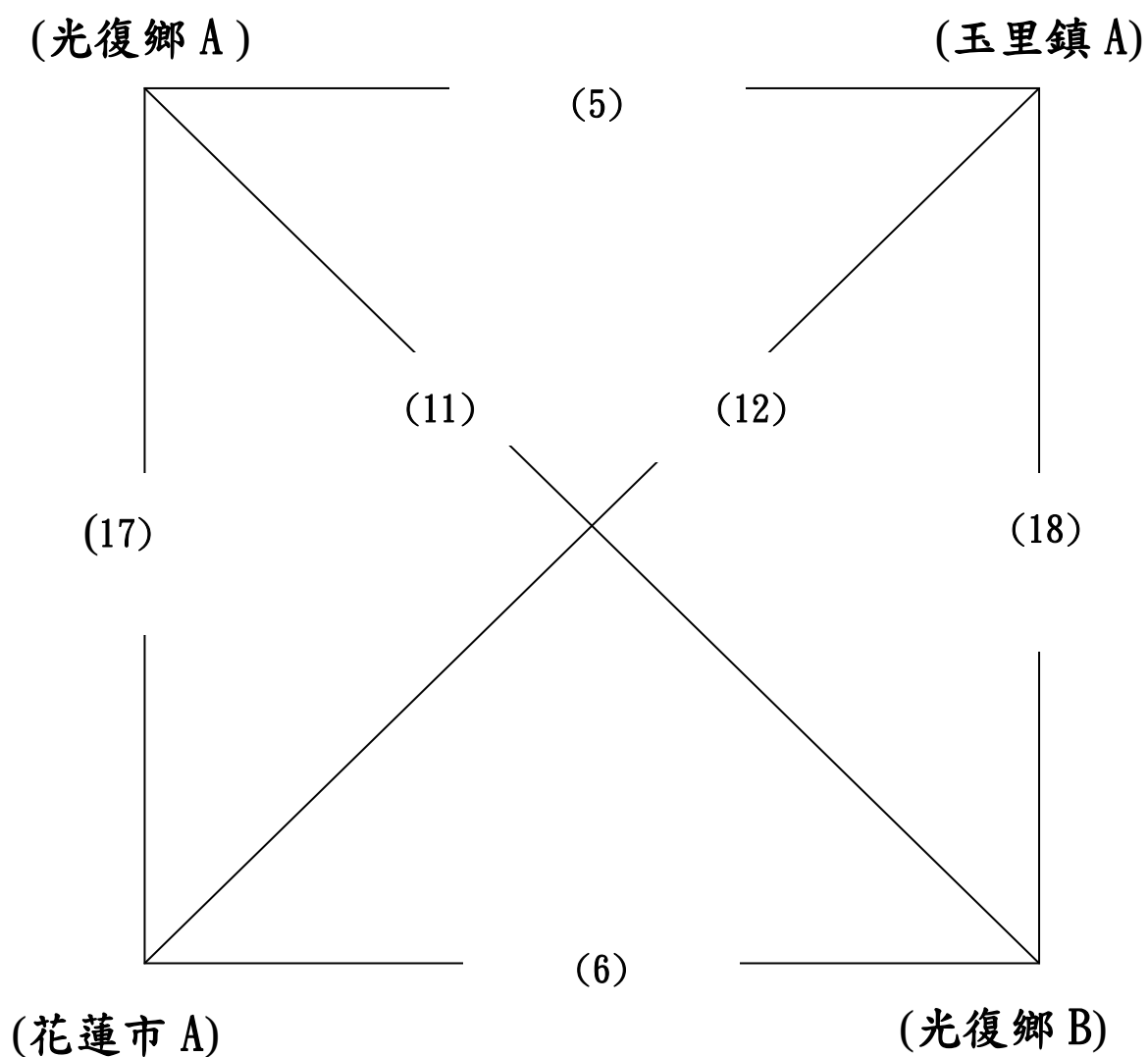
【五人 250 公斤(含)以下】



111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽

賽程表

國小女子競技組【五人 250 公斤(含)以下】



111 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽時間表

場地：甲場地(鋪設拔河道)

日期：11 月 8 日

場次	時間	組別	(左) 成績	比賽隊伍	(右) 成績
		開始過磅			
		9:00 領隊裁判會議			
1	09:20	國小男子組		光復鄉 A ↔ 新城鄉 A	
2		國小男子組		新城鄉 B ↔ 玉里鎮 A	
3		國小混合組		壽豐鄉 A ↔ 玉里鎮 A	
4		國小混合組		光復鄉 A ↔ 玉里鎮 B	
5		國小女子組		玉里鎮 A ↔ 光復鄉 A	
6		國小女子組		光復鄉 B ↔ 花蓮市 A	
7		國小男子組		玉里鎮 A ↔ 光復鄉 A	
8		國小男子組		新城鄉 A ↔ 新城鄉 B	
9		國小混合組		玉里鎮 A ↔ 新城鄉 A	
10		國小混合組		玉里鎮 B ↔ 花蓮市 A	
11		國小女子組		光復鄉 A ↔ 光復鄉 B	
12		國小女子組		玉里鎮 A ↔ 花蓮市 A	
13		國小男子組		壽豐鄉 A ↔ 玉里鎮 A	
14		國小男子組		光復鄉 A ↔ 新城鄉 B	
15		國小混合組		新城鄉 A ↔ 壽豐鄉 A	
16		國小混合組		花蓮市 A ↔ 光復鄉 A	
17		國小女子組		光復鄉 A ↔ 花蓮市 A	
18		國小女子組		玉里鎮 A ↔ 光復鄉 B	
19		國小男子組		新城鄉 A ↔ 壽豐鄉 A	
20		國小男子組		新城鄉 B ↔ 玉里鎮 A	
21		國小混合組		A1 ↔ B2	
22		國小混合組		A2 ↔ B1	
23		國小男子組		壽豐鄉 A ↔ 光復鄉 A	
24		國小男子組		玉里鎮 A ↔ 新城鄉 A	
25		國小混合組(季)		21 負 ↔ 22 負	
26		國小混合組(冠)		21 勝 ↔ 22 勝	
頒獎閉幕					